



46. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2016

□□□□

Niemeier, Frank

□□: SV Kollerbeck
 □□: 162

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:39:45

□□: 9.77 km/h
 □□□□: 6:06 min/km

□□□□□/□□□: 240 (of 529)

□□□□□/□: 220 (of 447)

□□□□□□: 1:39:39

□□□□□: 42(of 75)

□□□□□□□: 1:57:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	19:46	5:59	46	5:19	251	10:09	3.30	19:46	5:59	46	5:19	251	10:09	
Schlüsie	3.10	22:26	7:14	49	6:36	248	8:36	6.40	42:12	6:35	49	11:55	246	16:08	
Hermannsklippe	2.60	17:41	6:48	27	4:11	158	6:00	9.00	59:53	6:39	40	16:06	223	22:03	
Brocken	3.10	28:46	9:16	30	7:30	152	10:31	12.10	1:28:39	7:19	39	23:36	198	32:34	
Eiserner Handwe	3.60	17:57	4:59	27	4:28	172	5:27	15.70	1:46:36	6:47	35	28:04	188	38:01	
Schlüsie	4.10	18:27	4:30	42	5:30	224	6:03	19.80	2:05:03	6:18	34	33:34	196	44:02	
Loddenke	3.10	15:29	4:59	44	4:17	257	5:09	22.90	2:20:32	6:08	37	37:05	201	49:11	
Ilseburg/Markt	3.30	19:13	5:49	58	6:33	340	10:55	26.20	2:39:45	6:05	42	42:03	220	1:00:06	